



CYKL | O NAS I DLA NAS

GRUPA WIEKOWA | KLASY 7–8 SZKOŁY PODSTAWOWEJ

PRZEDMIOT | GODZINA WYCHOWAWCZA, EDUKACJA ZDROWOTNA

AUTORKA | MARTA RÓWNY

KARTA PRACY INDYWIDUALNEJ DO FILMU „PODNIĘĆ POPRZECZKĘ”

Temat: Czy sport ma płęć?

Zadanie 1. Stereotyp czy fakt?

Przeczytaj stwierdzenia. Zaznacz, czy przedstawiają fakt, stereotyp czy opinię wymagającą dyskusji. Następnie odpowiedz na pytania.

	Fakt	Stereotyp	Opinia
Dziewczęta nie lubią rywalizacji.			
Regularna aktywność fizyczna może poprawiać kondycję.			
Chłopcy są lepszymi liderami drużyn.			
Każda osoba może znaleźć aktywność fizyczną dopasowaną do swoich możliwości i zainteresowań.			
Sport zespołowy uczy współpracy.			
Osoba, która przegrywa zawody, jest słabym sportowcem.			
Niektóre dyscypliny nie pasują do dziewcząt albo do chłopców.			

Osiąganie wyników wymaga regularnego treningu i odpoczynku.			
---	--	--	--

Które stereotypy pojawiły się w filmie?

Kto je powtarzał lub wzmacniał?

W jaki sposób bohaterki udowadniały, że te przekonania były niesprawiedliwe?

Zadanie 2. Moja odpowiedź na stereotyp

Wyobraź sobie, że słyszysz jedno z poniższych zdań:

- „Koszykówka jest dla chłopaków”.
- „Dziewczyny nie umieją rywalizować”.
- „Chłopak nie powinien trenować tańca”.
- „Skoro nie wygrywasz, nie warto trenować”.

Wybierz jedno zdanie i przygotuj asertywną odpowiedź. Twoja wypowiedź powinna:

- wskazywać, dlaczego to zdanie jest stereotypem,
- odwoływać się do faktów lub do przykładu z filmu,
- nie obrażać rozmówcy,
- zachęcać do bardziej otwartego spojrzenia.

Tvoja odpowiedź:

Zadanie 3. Profil zawodniczki i liderki

Wybierz jedną bohaterkę filmu albo opisz całą drużynę. Uzupełnij profil.

PROFIL ZAWODNICZKI I LIDERKI

1. Bohaterka / drużyna: _____
2. Mocne strony sportowe

3. Mocne strony psychiczne

4. Jak zachowuje się w drużynie?

5. Jak reaguje na trudności?

6. Co ją motywuje?

7. W jaki sposób wspiera inne osoby?

8. Jakie cechy liderki posiada?

9. Czego może się jeszcze nauczyć?

10. Mój wniosek: _____

Zadanie 4. Mój sportowy bilans

Aktywność fizyczna nie musi oznaczać udziału w zawodach. Może nią być również spacer, jazda na rowerze, taniec, pływanie, ćwiczenia w domu lub aktywna zabawa. Zastanów się nad swoim stosunkiem do ruchu.

Aktywności, które lubię:

Aktywności, których chciałabym/chciałbym spróbować:

Co motywuje mnie do ruchu?

Co mnie zniechęca?

Jak się czuję po aktywności fizycznej?

Czy wolę ćwiczyć samodzielnie, czy w grupie? Dlaczego?

Co pomaga mi dbać o regularność?

Jak mogę wprowadzić więcej ruchu do codzienności?

Zadanie 5. Skutki stereotypów

Zastanów się, do czego mogą prowadzić stereotypy dotyczące płci i sportu.

Mogą powodować, że młodzi ludzie:

- rezygnują z dyscypliny, którą naprawdę lubią,
- wstydzą się swoich zainteresowań,
- otrzymują mniej wsparcia,
- mają mniejsze możliwości rozwoju,
- zaczynają wątpić w swoje umiejętności.

Dopisz jeszcze trzy możliwe skutki:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Zadanie 6. Rybi szkielet – skąd biorą się stereotypy w sporcie?

Stereotypy dotyczące sportu nie pojawiają się przypadkowo. Często są powtarzane przez rodzinę, rówieśników, media, szkołę albo kulturę, w której dorastamy. Z czasem mogą zacząć wydawać się czymś oczywistym, nawet jeśli nie mają oparcia w rzeczywistości.

Przyjrzyj się schematowi rybiego szkieletu. W głowie ryby znajduje się główny problem: „Dlaczego ludzie nadal uważają, że niektóre sporty są odpowiednie tylko dla dziewcząt albo tylko dla chłopców?”.

Na kolejnych ościach zapisz możliwe źródła tego przekonania.

RYBI SZKIELET

Skąd biorą się stereotypy w sporcie?

★ Rodzina
i wychowanie

♥ Media
i social media

★ Szkoła
i WF

Jak temu
przeciwdziałać?

Dlaczego
ludzie nadal
uważają, że
niektóre sporty są
odpowiednie tylko
dla dziewcząt albo
tylko dla
chłopców?

♥ Rówieśnicy
i komentarze

★ Tradycja
i organizacja sportu
